

BENESSERE DONNA...

OLTRE L'8 MARZO



Comune di
Borgo Virgilio

18:00 *Giovedì 20 marzo 2025*
IL TEMPO PER TE

Quanto il carico mentale influenza la tua vita e ti impedisce di realizzare i tuoi desideri? Quali sono le strategie efficaci per preservare il tuo benessere psicofisico?

A cura della Dott.ssa Claudia Forini, Counsellor Professionista Avanzato, Talent Coach, Mediatrice Familiare maestra di Yoga Nidra

18:00 *Giovedì 27 marzo 2025*
IL POTERE DELLA MINDFULNESS

Uno strumento di guarigione fisica ed emotiva.
Lezione pratica con Dott.ssa Alessandra Ferrante
(portare un tappetino e vestirsi comodamente!)

18:00 *Giovedì 3 aprile 2025*
LEGGERE DONNA

Porta una lettura della tua autrice preferita, la leggeremo insieme in un'ottica di relazione e scambio con altre donne. Condividiamo un momento di benessere personale e collettivo.

A cura della bibliotecaria Laura Torelli

18:30 *Giovedì 10 aprile 2025*
**FACCIAMO LUCE
SULL'ENDOMETRIOSI**

a cura del Dott. Daniele Mautone Direttore Dipartimento Materno-Infantile Responsabile U.O.C Ginecologia ed Ostetricia del presidio Ospedaliero "P.Pederzoli" Peschiera del Garda e dell'ostetrica Dott.ssa Alessandra Venegoni

INGRESSO LIBERO
Tutti gli incontri si terranno presso la Sala Consiliare di Ceresè

Moderatrice del percorso: Dott.ssa Claudia Forini